

2026年度

女性のためのグループワーク



安心して話し、

聴きあうことで

力をもらえる場所がある

講師を交え、子育て、介護、仕事、家族のこと…
様々なことをお互い聴きあい、対話する会です。
安心して自分の気持ちを話し、悩みや経験を共有
することで、心が軽くなる。力がわいてくる。
そんなひとときを一緒に過ごしませんか？



その疲れ、
こころの
サインかも。

- 【会 場】 ゆいぽーと3階 音楽練習室2
- 【対 象】 18歳以上で不安や悩みのある女性（高校生は除く）
- 【定 員】 各回5人（先着順／完全予約制）
- 【参加費】 無料
- 【託 児】 無料／各回3人（先着順／6か月～未就学児）
1週間前までにご予約ください
- 【時 間】 10:00～12:00

【開催日】

2026年 4月28日(火)
6月27日(土)
8月25日(火)
10月24日(土)
12月22日(火)
2027年 2月16日(火)

講師

下西 さや子 さん
元広島国際大学教授
精神保健福祉士
〈専門分野〉
子どもと女性のエンパワー
メント・アプローチ



全6回 ※1回だけの参加も可能です

主催 ゆいぽーと

広島市男女共同参画推進センター

広島市男女共同参画推進センター



お申し込み・お問合せ先は裏面をご覧ください